

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の急速な感染拡大に伴い、地域の皆様は公衆衛生局が提供するCOVID-19に関する[ウェブページ](#)や、アメリカ疾病予防管理センター(CDC)の[ウェブサイト](#)にて最新情報をご確認ください。

1. COVID-19に見られる典型的な症状は？

報告された病状をみると、人によって軽度な症状から重篤なものまで様々で、場合によっては入院を必要としたり死に至るケースもあります。以下のような症状があります：

- 発熱
- 咳
- 呼吸困難

2. ウイルスはどうやって拡散するのですか？

インフルエンザのような他の呼吸器系の病気と同様、ヒトに感染するコロナウイルスは一般に症状の出ている感染者から以下のような経路で拡散します：

- 咳やくしゃみによる飛沫
- 感染者の世話をするなど、感染者との濃厚接触
- ウイルスが付着している物や表面に触れ、手を洗う前に自分の口、鼻、目を触る

3. 公共交通機関を利用する時、どうやって自分自身を守ったらいいですか？

その他の呼吸器系の病気と同様、誰でも日々行える発症や他人への感染リスクを減らす手段があります。以下を行ってください：

- 体調が悪い時は自宅で過ごす。
- 咳や発熱があり体調が悪そうな人とは約6フィート以上離れてください。
- 柱、自動改札機、つり革、取っ手など、人がよく触る表面に触った後は、アルコール濃度60%以上の手指消毒液を使用してください。明らかに手が汚れた時は必ず手を洗ってください。
- 洗っていない手で自分の口、鼻、目を触らないでください。
- あまり忙しくない時間帯にバスや電車を使うようにしてください。可能であれば、出勤は早めか遅めに時間をずらしてください。
- 自動改札機を通る際は、腰か手の甲を使ってください。

4. 公共交通機関を利用する場合、マスクを装着した方がいいですか？

医療専門家が勧めない限り、健康な人が自分をCOVID-19から守るためにマスクを着用するのは推奨されていません。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)

5.自分自身を守るために、他にすべきことは？

- 石鹸と水で20秒以上、しっかりとこまめに手を洗ってください。特にトイレに行った後、食事の前、鼻をかむ、咳やくしゃみをした後です。
- 人がよく触る物や表面は頻繁に掃除や消毒を行ってください。通常の家用品用クリーニングスプレーやウェットシートを使ってください。
- 咳やくしゃみをする場合はティッシュで覆い、ゴミ箱に捨ててください。ティッシュがない場合は、手ではなく袖を使って覆ってください。
- 今季インフルエンザの予防接種を受けていない人は受けてください。
- COVID-19に関する最新かつ正確な情報は、信頼できる情報源から常に確認してください。
 - ロサンゼルス郡公衆衛生局（LACDPH/郡）
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - カリフォルニア州公衆衛生局（CDPH/州）
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
 - アメリカ疾病予防管理センター（CDC/国）
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
 - 世界保健機関（WHO/世界）
 - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

ご質問等ございましたら、2-1-1までお電話ください。

コロナウイルス感染症(COVID-19)

